

**TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULINGBELAKANG
SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN
KABUPATEN SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :
Sudarsih
10604227266

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “ TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN KABUPATEN SLEMAN “ ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 26 Januari 2013

Pembimbing


Drs. F. Suharjana, M.Pd

NIP. 19580706 198403 1 002



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Sudarsih
NIM : 10604227266
Program Studi : PGSD Penjaskes
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi “ TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN KABUPATEN SLEMAN “ benar – benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim. Tanda tangan dosen penguji yang tertera pada halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 26 Januari 2013
Yang menyatakan,



SUDARSIH
NIM. 10604227266

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN KABUPATEN SLEMAN “ yang disusun oleh Sudarsih NIM. 10604227266 ini telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal, 28 Mei 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. F. Suharjana, M.Pd	Ketua Penguji		17/6/13
Guntur, M.Pd	Sekretaris Penguji II		14/6-13
Farida Mulyaningsih, M.Kes	Penguji III		14/6-13
Fathan Nurcahyo, M.Or	Penguji IV		17/6-13

Yogyakarta, Juni 2013
Fakultas Ilmu keolahragaan
Dekan,


Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1001

MOTTO

***“JIKA KITA HANYA MENGKHAYALKAN DAN MEMBICARAKAN
IMPIAN MAKA IMPIAN ITU TIDAK AKAN PERNAH TERWUJUD
NAMUN JIKA KITA MAU BERUSAHA DAN BERDOA MAKA IMPIAN
KITA AKAN TERWUJUD.”***

“Penulis”

***“DALAM HIDUP TIDAK ADA YANG NAMANYA KEBERUNTUNGAN,
YANG ADA HANYALAH BAGAIMANA KITA BISA MEMADUKAN
ANTARA KERJA KERAS DAN HASIL.”***

“Penulis “

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

- 1. Bapak dan IbuKutercintaMinto harjo Yang Senantiasa
Mendoakan, Memberikan Nasehat, Dan Kasih Sayang Yang
Tulus.**
- 2. Suamiku Tercinta Rudi Arifin Yang Telah Memberikan
Semangat Dan Kekuatan Terbesar Dalam Menghadapi
Kesulitan.**

**TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG
SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN
KABUPATEN SLEMAN**

Oleh:
Sudarsih
NIM: 10604227266

ABSTRAK

Siswa mengalami kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 16 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian diketahui Tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman kategori data faktor internal 1 orang (6,2%) kategori sangat tinggi dan 1 orang (6,2%) kategori tinggi. 6 orang (37,4%) kategori sedang, 7 orang (43,8%) kategori rendah dan 1 orang (6,2%) kategori sangat rendah. Sedang kategori data faktor eksternal 5 orang (31,2%) kategori tinggi dan 7 orang (31,2%) kategori sedang. 3 orang (18,8%) kategori rendah dan 1 orang (6,2%) kategori sangat rendah. Tidak ada siswa yang kesulitan belajar faktor eksternal kategori sangat tinggi.

Kata kunci: *kesulitan belajar, senam lantai, guling belakang, siswa SD kelas V*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan limpahanrahmat, hidayah, kekuatan dan kemudahan, sehingga penyusunan skripsi dengan judul “ *Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman*” telah terselesaikan.

Penulisan skripsi ini diajukan sebagai tugas akhir guna memenuhi salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan pada program studi PGSD Penjaskes fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Skripsi ini tersusun atas bimbingan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, MA sebagai Rektor Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) atas kesempatan yang di berikan untuk menempuh studi hingga peneliti dapat menyelesaikan studi.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) atas kesempatan yang diberikan untuk menempuh studi hingga peneliti dapat menyelesaikan studi dan memberikan izin penelitian.
3. Bapak Amat Komari, M. Si selaku Ketua Jurusan POR FIK UNY yang telah berkenan memberikan ijin penelitian.
4. Bapak Sriawan,M.Kes selaku Kaprodi PGSD FIK UNY yang telah berkenan memberikan ijin penelitian.
5. Bapak Drs.F.Suharjana, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
6. Semua Bapak - Ibu Dosen dan karyawan FIK UNY yang telah memberi bantuan dan saran kepada peneliti.
7. Kepala Sekolah SD Negeri Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Bapak Sarjana,S.Pd yang telah memberikan izin penelitian.

8. Seluruh staf pengajar SD N Kowangbinangun yang telah memberikan bantuan dalam penelitian ini.
9. Siswa kelas V SD N Kowangbinangun yang telah menjadi subjek dalam penelitian ini.
10. Suamiku Rudi Arifin yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan motivasi kepada penulis.
11. Bapak dan Ibu yang selalu memotivasi penulis.
12. Teman – teman yang selalu memotivasi dan mendukung penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam melaksanakan dan menyusun skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan untuk menuju kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik sangat diharapkan guna perbaikan skripsi ini. Semoga dengan tersusunnya skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 04 - 02 - 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAM MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi Teori	10
1. Hakikat Belajar	10
2. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Belajar	14
3. Hakikat Penjasorkes di Sekolah Dasar (SD)	16
4. Pembelajaran Senam Lantai	18
5. Pembelajaran Guling Belakang	19
6. Tinjauan Tentang Kesulitan Belajar	21
7. Kesulitan Dalam Belajar Guling Belakang	23
B. Penelitian yang Relevan	25
C. Kerangka berpikir	26
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	27
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
C. Subjek Penelitian	28
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	28
E. Teknik Pengumpulan Data	32

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian	34
B. Hasil Analisis Data Penelitian	35
C. Pembahasan	41

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	47
B. Implikasi Hasil Penelitian	47
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	48
D. Saran - saran.....	48

DAFTAR PUSTAKA	50
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	51
-----------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rangkaian Gerakan Guling Belakang Dengan Awalan Jongkok. Tim Penjas SD. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 5. Jakarta:Yudhistira.	20
Gambar 2. Histogram Distribusi Frekuensi Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang	37
Gambar 3. Histogram Distribusi Frekuensi Faktor Internal	39
Gambar 4. Histogram Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi – kisi angket identifikasi tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman	31
Tabel 2. Skor jawaban pertanyaan	32
Tabel 3. Hasil Deskriptif Data Penelitian	34
Tabel 4. Kategorisasi Data Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang	36
Tabel 5. Kategorisasi Data Faktor Internal	38
Tabel 6. Kategorisasi Data Faktor Eksternal	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	51
Lampiran 2. Instrumen Penelitian	52
Lampiran 3. Data Penelitian	57
Lampiran 4. Dokumentasi	78

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan formal, merupakan tempat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Di tempat inilah ilmu pengetahuan diajarkan dan dikembangkan kepada anak didik. Para guru dan siswa terlibat secara interaktif dalam proses pendidikan. Menurut Tu'u (2004:1) bahwa proses belajar mengajar meliputi beberapa kegiatan sebagai berikut: Proses belajar mengajar meliputi kegiatan pendidikan, pembelajaran, dan latihan. Kegiatan mendidik mengarah pada peningkatan dan perkembangan afektif (sikap) yang terdiri dari moral, etika, mental, spiritual dan perilaku positif. Sementara pembelajaran mengarah pada peningkatan dan perkembangan kemampuan kognitif (pengetahuan), yang terdiri dari menghafal, mengingat, analisis, sintesa, aplikasi dan evaluasi.

Selanjutnya, latihan mengarah pada peningkatan dan perkembangan psikomotorik (keterampilan) yang berkaitan dengan mengerjakan hal-hal praktis. Salah satu parameter yang digunakan untuk mengukur tingkat penguasaan pengetahuan dan keterampilan siswa terhadap mata pelajaran adalah prestasi belajar yang umumnya ditunjukkan dalam bentuk nilai. "Prestasi belajar siswa tersebut terutama dinilai aspek kognitifnya karena berhubungan dengan kemampuan siswa dalam pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesa dan evaluasi" (Tu'u 2004:75).

Menurut Oemar Hamalik (2005: 57) Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan pembelajaran. Perolehan sesuatu yang baru merupakan hasil konstruksi pengalaman lamanya dengan pengalaman baru, kemudian memodifikasi pengetahuan baru menjadi susunan baru yang lebih luas dan lebih dalam. Dalam melakukan kegiatan belajar tidak senantiasa berhasil, seringkali ada hal-hal yang mengakibatkan timbulnya kegagalan atau kesulitan belajar yang dialami oleh siswa. Terjadinya kesulitan belajar dikarenakan siswa tidak mampu mengaitkan antara pengetahuan baru dengan pengetahuan lamanya sehingga menimbulkan ketidakpahaman atau ketidakjelasan terhadap suatu pelajaran.

Gejala kesulitan belajar akan tampak di antaranya ketika anak didik tidak mampu lagi berkonsentrasi, sebagian besar siswa memperoleh nilai yang rendah, anak didik menunjukkan kelesuan, dan sebagian besar anak didik tidak menguasai bahan yang telah guru sampaikan. Hal ini tidak dapat dibiarkan begitu saja, karena akan membawa dampak besar terhadap rendahnya prestasi belajar yang diperoleh oleh siswa dan lebih jauh tidak tercapainya tujuan pembelajaran. Oleh karena itu perlu adanya usaha untuk mencari faktor penyebab kesulitan belajar siswa terhadap suatu mata pelajaran. Dalam hal ini perlu adanya kerjasama baik dari pihak guru, sekolah, orang tua, masyarakat dan siswa itu sendiri untuk bersama-sama menanggulangi penyebab kesulitan

belajar. Sehingga diharapkan sekolah mampu menghasilkan lulusan yang berkompeten dan mempunyai prestasi belajar yang bagus.

Menurut Ahmadi dan Supriyono (2004:78) “kesulitan belajar tidak hanya disebabkan karena intelegensi yang rendah, tetapi dapat jugadisebabkan oleh faktor-faktor non intelegensi”. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari dalam diri siswa (internal) maupun dari luar diri siswa (eksternal). Faktor internal yang dapat menyebabkan kesulitan belajar di antaranya karena faktor kesehatan, cacat tubuh, intelegensi, bakat, minat, kesehatan mental, dan tipe khusus belajar. Sedangkan faktor eksternal di antaranya karena pengaruh lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

Suatu proses belajar pendidikan jasmaniyang dapat berjalan dengan sukses dan lancar demi mencapai tujuan pembelajaran tertentu sangat ditentukan oleh beberapa unsur, antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung dan penilaian menurut Agus S. Suryobroto (2004).Proses belajar dan hasil belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang sedang belajar dan faktor yang berasal dari luar individu (Sri Rumini dkk, 1995: 60-62). Faktor yang terdapat didalam diri individu tersebut meliputi faktor psikis dan fisik, sedangkan faktor yang berasal dari luar diri individu tersebut meliputi: faktor lingkungan alam, faktor sosial ekonomi, faktor guru dan metode mengajar, faktor kurikulum, faktor program dan materi pembelajaran, serta faktor sarana dan prasarana.

Sebuah proses belajar itu dapat terjadi karena adanya suatu interaksi antara dua pihak, yaitu seseorang dengan lingkungannya. Suatu pembelajaran adalah merupakan inti atau dasar dari kegiatan-kegiatan pendidikan di sekolah, juga dalam proses pembelajaran pada setiap jenjang atau tingkatan dari tingkat pendidikan tugas dan tanggung jawab bagi semua tenaga pendidikan adalah membuat rencana, melakukan pelaksanaan, dan melakukan evaluasi sehingga kualitas baik yang diharapkan tetap terjaga. Oleh karena itu, suatu proses belajar dapat terjadi pada kapan saja dan di tempat mana saja. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah mengalami suatu proses belajar adalah dengan adanya perubahan tingkah laku pada diri orang tersebut baik dari segi sikap, segi pengetahuan, maupun dari segi ketrampilannya.

Salah satu dari proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah adalah sebuah pembelajaran pendidikan yang dimulai dari masa TK sampai masa SMA dengan kapasitas sesuai dengan kebutuhan setiap murid atau peserta didik. Pendidikan jasmani adalah merupakan salah satu dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktifitas fisik atau jasmani serta pembinaan hidup yang sehat dalam rangka melakukan pengembangan aspek dalam diri anak, yang meliputi aspek kognitif, aspek psikomotorik, aspek afektif dan aspek fisik.

Sasaran pendidikan adalah para peserta didik atau siswa, sebagai salah satu dari sasaran pendidikan, siswa atau peserta didik dituntut untuk memiliki respon atau cepat tanggap terhadap suatu mata pelajaran tertentu. Dalam hal ini pelajaran pendidikan jasmani memberikan peranan yang penting. Peran serta

dari siswa atau peserta didik dalam suatu proses pembelajaran pendidikan jasmani sangat penting. Oleh karena itu, sikap atau perhatian siswa atau peserta didik menjadi sangat menentukan tingkat tercapainya keberhasilan atau tidaknya dari tujuan yang telah ditentukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri menekankan pada aktifitas jasmani, antara lain meliputi: permainan, senam dan atletik. Senam adalah merupakan salah satu ruang lingkup dari pendidikan jasmani yang diharapkan tercapai guna meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Salah satu materi senam yang diajarkan kepada siswa atau peserta didik kelas atas pada semester gasal sesuai dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) adalah senam lantai guling belakang. Berdasarkan kompetensi tersebut, maka siswa dituntut untuk memenuhi standar kompetensi dalam berbagai senam, yang dalam hal ini adalah pembelajaran senam lantai guling belakang.

Pendidikan jasmani sekolah dasar adalah membantu siswa agar memperoleh kebugaran jasmani, kemampuan gerak dasar dan kesehatan yang memadai sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan sikap positif dalam aktivitas jasmani, menurut Margono (2007:10). Dengan pemberian materi pembelajaran yang mengacu pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), maka diharapkan proses pembelajaran menjadi lancar dan benar. Selain itu, para guru juga harus mengerti kondisi dan keadaan siswa sehingga

guru dapat menerapkan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan tepat, sesuai dengan materi yang telah diajarkan.

Pada saat melakukan gerakan senam lantai guling belakang tersebut, banyak siswa atau peserta didik yang tidak dapat melaksanakan gerakan senam lantai guling belakang tersebut dengan baik, seperti misalnya badan tidak dapat mengguling dengan sempurna sehingga pembelajaran senam lantai guling belakang pun tidak dapat tercapai secara maksimal. Gerakan senam lantai guling belakang diawali dengan sikap jongkok dengan jari menunjuk ke belakang, kemudian siswa atau peserta didik menyentuh dagunya ke dalam dada. Pada saat berguling ke belakang agar posisi badannya tetap menekuk dengan kedua tangan menekan pada matras. Kemudian, gerakan senam lantai guling belakang ini berakhir dengan sikap jongkok. Adapun standar kompetensinya adalah mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan koordinasi yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi dasar yaitu mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsisten, tepat, dan koordinasi yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian. Maka perlu diadakan suatu penelitian mengenai “Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Kesulitan apa yang dialami siswa kelas VSD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman dalam mengikuti pembelajaran guling belakang.
2. Bagaimana peranan guru terhadap siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman dalam mengikuti pembelajaran guling belakang.
3. Apakah kondisi fisik siswa kelas Vdi SD Negeri Kowangbinangun Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman berpengaruh pada saat mengikuti pembelajaran guling belakang.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, maka diperlukan adanya batasan-batasan yang jelas, sehingga ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas. Dengan berdasarkan pada identifikasi masalah di atas serta mengingat adanya keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan maupun waktu penelitian, maka penulis hanya akan membahas tentang faktor-faktor penyebab terjadinya kesulitan belajar senam lantai guling belakang pada siswa kelas Vdi SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya dan adanya pembatasan masalah di atas dan untuk memberikan arah yang jelas dalam penelitian ini, maka dirumuskan masalah yang ada sebagai berikut: “Seberapa besar tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas VSD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkatkesulitan belajar materi senam lantai guling belakang siswa kelas Vdi SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman.

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Dalam penelitian ini, peneliti telah mengalami dan melaksanakan penelitian yang menggunakan kaidah-kaidah pedoman penelitian dalam rangka karya ilmiah pada tugas akhir studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta (FIK UNY).

2. Praktis

Penelitian ini diharapkan berguna bagi seluruh sivitas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta pada khususnya dan masyarakat pada umumnya. Manfaat bagi pendidik yaitu sebagai masukan

dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan khususnya prestasi belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan bagi siswa sekolah dasar.

Menambah dan mengembangkan ilmu pengetahuan serta lebih mendukung teori-teori yang telah ada dengan masalah guling belakang. Manfaat bagi sekolah adalah dapat diketahuinya kesulitan siswa kelas V di SD Negeri Kowangbinangun dalam mengikuti pembelajaran guling belakang. Peserta didik dapat melakukan gerakan senam lantai guling belakang dengan baik. Dapat menumbuhkan motivasi belajar para siswa dalam proses pembelajaran guling belakang.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Belajar

Belajar pada hakikatnya tidak lepas dari kehidupan manusia. Belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku atau perilaku yang sifatnya tetap, sehingga tidak mengherankan apabila belajar merupakan istilah yang tidak asing. Begitu sangat terkenalnya istilah belajar, sehingga seolah-olah setiap orang dengan sendirinya mengerti istilah belajar. Namun sebenarnya apa itu belajar? Memberikan pengertian seperti dikemukakan oleh:

Menurut W.S. Winkel yang dikutip oleh Purwanto (1996:2), belajar adalah “suatu aktivitas mental atau psikis, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, ketrampilan, dan nilai sikap. Perubahan itu bersifat relatif konstan dan berbekas”.

Belajar merupakan suatu kegiatan yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Setiap orang, baik disadari maupun tidak selalu melaksanakan aktivitas belajar. Kegiatan harian yang dimulai dari bangun tidur sampai dengan tidur kembali akan selalu diwarnai oleh aktivitas belajar. Dengan belajar manusia dapat mengembangkan potensi-potensi yang dibawanya sejak lahir. Aktualisasi potensi ini sangat berguna bagi manusia untuk dapat menyesuaikan diri demi pemenuhan kebutuhannya. Sebagai landasan penguraian mengenai apa yang dimaksud dengan belajar, yaitu “definisi belajar yang didasarkan pada aliran psikologi tertentu” Menurut pendapat (Darsono 2000:5) di antaranya :

a. Belajar menurut aliran Behavioristik

Belajar merupakan “proses perubahan perilaku karena adanya pemberian stimulus yang berakibat terjadinya tingkah laku yang dapat diobservasi dan diukur”. Supaya tingkah laku (respon) yang diinginkan terjadi, diperlukan latihan dan hadiah (*reward*) atau penguatan (*reinforcement*). Jika hubungan antarstimulus dan respon sudah terjadi akibat latihan dan hadiah ataupun penguatan, maka peristiwa belajar sudah terjadi.

b. Belajar menurut aliran Kognitif

Belajar adalah “peristiwa internal, artinya belajar baru dapat terjadi bila ada kemampuan dalam diri orang yang belajar”. Agar terjadi perubahan, harus terjadi proses berpikir yakni proses pengolahan informasi dalam diri seseorang, yang kemudian respon berupa tindakan. Teori belajar kognitif lebih menekankan pada cara-cara seseorang menggunakan pikirannya untuk belajar, mengingat, dan menggunakan pengetahuan yang telah diperoleh dan disimpan di dalam pikirannya secara efektif.

c. Belajar menurut aliran Gestalt

Belajar adalah “bagaimana seseorang memandang suatu objek (persepsi) dan kemampuan mengatur atau mengorganisir objek yang dipersepsi (khususnya yang kompleks), sehingga menjadi suatu bentuk bermakna atau mudah dipahami”. Bila orang sudah mampu mempersepsi suatu objek (stimulus) menjadi suatu gestalt, orang itu akan memperoleh *insight* (pemikiran). Kalau insight sudah terjadi, berarti proses belajar sudah terjadi.

d. Belajar menurut aliran Konstruktivistik

Belajar adalah “lebih dari sekedar mengingat” (Anni 2004:49). Teori belajar ini menyatakan bahwa guru bukanlah orang yang mampu memberikan pengetahuan kepada siswa, tetapi siswa yang harus mengkonstruksikan pengetahuan di dalam memorinya sendiri. Hal ini memberikan implikasi bahwa siswa harus terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Dari definisi-definisi yang dikemukakan di atas, menurut pendapat Purwanto (2003:85) dapat dikemukakan adanya beberapa elemen yang penting yang mencirikan pengertian belajar yaitu :

- a. Belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku, di mana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang baik, tetapi juga ada kemungkinan kepada tingkah laku yang lebih buruk.
- b. Belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi melalui latihan dan pengalaman dalam arti perubahan-perubahan yang disebabkan oleh pertumbuhan atau kematangan tidak dianggap sebagai hasil belajar seperti perubahan-perubahan yang terjadi pada diri seorang bayi.
- c. Untuk dapat disebut belajar, maka perubahan itu harus relatif mantap, harus merupakan akhir daripada suatu periode waktu yang cukup panjang.
- d. Tingkah laku yang mengalami perubahan karena belajar menyangkut aspek kepribadian baik fisik maupun psikis seperti perubahan dalam

pengertian, pemecahan suatu masalah atau berpikir, ketrampilan, kecakapan, kebiasaan ataupun sikap.

Dari berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk mengadakan perubahan dalam dirinya secara keseluruhan baik berupa pengalaman, ketrampilan, sikap dan tingkah laku sebagai akibat dari latihan serta interaksi dengan lingkungannya. Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang relatif menetap, yang terjadi sebagai suatu hasil latihan atau pengalaman dalam interaksinya dalam lingkungan. Ciri-ciri belajar menurut Sri Rumini (1995: 60), adalah sebagai berikut:

- a. Dalam belajar ada perubahan tingkah laku yang dapat diamati secara langsung maupun tingkah laku yang diamati secara tidak langsung.
- b. Dalam belajar perubahan tingkah laku meliputi tingkah laku kognitif, afektif, psikomotorik, dan campuran.
- c. Dalam belajar, perubahan terjadi melalui pengalaman atau latihan. Jadi perubahan tingkah laku yang terjadi mu'jizat, hipnosa, hal-hal ghaib, proses pertumbuhan, kematangan, penyakit atau kerusakan fisik, tidak dianggap hasil belajar.
- d. Belajar merupakan suatu proses usaha, yang artinya belajar berlangsung dalam kurun waktu yang cukup lama.
- e. Dalam belajar, perubahan tingkah laku menjadi suatu yang relatif menetap belajar terjadi karena adanya interaksi dengan lingkungan.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Belajar

Menurut Raka Joni yang dikutip oleh Endang Poerwanti dan Nur Widodo (2003:3), mengidentifikasi adanya berbagai faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan proses belajar diantaranya adalah tujuan pembelajaran, materi, guru, siswa, dan administrasi.

Dalam proses belajar itu sendiri tentunya ada wujud nyata keberhasilan dari proses belajar tersebut. Sama halnya dengan belajar gerak, tentunya ada hasil dari belajar gerak tersebut yaitu gerakan yang lebih baik dari sebelumnya. Keberhasilan dari proses belajar keterampilan gerak dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor non teknis dan faktor yang bersifat teknis.

a. Faktor-faktor non teknis

- 1) Keadaan yang bersifat fisik, seperti struktur tubuh, pertumbuhan dan perkembangan, kelainan tubuh serta kesehatan.
- 2) Keadaan yang bersifat psikis, seperti pengalaman-pengalaman pribadi, rasa malu, cemas, bosan tegang.
- 3) Keadaan yang bersifat social budaya, pengalaman-pengalaman sosial dan ketrampilan yang telah dimiliki menjadi suatu kebiasaan.
- 4) Retensi (*retention*), yaitu kemampuan sejauh mana masih dapat mengingat pengalaman, pengetahuan tentang ketrampilan gerak dan seberapa jauh masih dapat melakukan suatu gerakan yang telah dipelajari.

- 5) Kemampuan menerapkan pengalaman hasil belajar dari situasi yang lain
- 6) Motivasi sebagai keinginan atau dorongan untuk berbuat sesuatu yang dapat timbul dari dalam diri sendiri dan dari luar diri sendiri.
- 7) Kecepatan reaksi dan kecepatan gerak.
- 8) Balikan (*feed back*) yang dapat membantu siswa dalam mengatur dan mengendalikan gerakan agar sedekat mungkin dengan konsepsi gerakan apa yang dimaksudkan.

b. Faktor- faktor yang bersifat teknis

- 1) Volume, intensitas serta tingkat kesukaran materi pelajaran (cabang olahraga) baik jenis maupun sifatnya yang disampaikan kepada siswa.
- 2) Frekuensi dan kesempatan siswa untuk berpartisipasi aktif yang disediakan dalam proses pembelajaran.
- 3) Kesesuaian metode dalam pembelajaran jenis dan sifat cabang olahraga yang diajarkan dengan karakteristik siswa.
- 4) Tersedia dan ketepatan guna sarana dan prasarana dengan proses pembelajaran.
- 5) Ketajaman perceptual guru dalam mengobservasi keterlibatan siswa dalam proses interaksi TKP dan TUP.
- 6) Guru memiliki wawasan luas serta mempunyai kemampuan untuk menguasai materi baik teori maupun praktek.

Prestasi belajar banyak dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik berasal dari dirinya (internal) maupun dari luar dirinya (eksternal). Menurut Oemar Hamalik (1990:117-125) faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar meliputi:

- a. Faktor- faktor yang berasal dari diri sendiri (internal)
 - 1) Tidak mempunyai ujuan yang jelas
 - 2) Kurangnya minat terhadap bahan pelajaran
 - 3) Kesehatan yang sering terganggu
- b. Faktor yang bersumber dari lingkungan sekolah
 - 1) Cara memberikan pelajaran
 - 2) Kurangnya alat-alat
 - 3) Bahan pelajaran tidak sesuai dengan kemampuan
- c. Faktor yang bersumber dari lingkungan keluarga
 - 1) Masalah broken home
 - 2) Kurangnya kontrol otang tua
 - 3) Faktor yang bersumber dari lingkungan masyarakat
 - 4) Aktif berorganisasi

3. Hakikat Penjasorkes di Sekolah Dasar (SD)

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara total serta mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, mental, emosional, dan sosial melalui kegiatan fisik.

Menurut Margono (2007:12-14), pendidikan jasmani pada dasarnya adalah pendidikan, sehingga apa yang dijadikan tujuan atau dijadikan sasaran oleh pendidikan juga dapat dijadikan sebagai sasaran dalam pendidikan. Pendidikan jasmani (kurikulum 2004) mempunyai fungsi atau peranan yang sangat penting dalam pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam pembentukan gerak dasar, pertumbuhan dan

perkembangan jasmani, mental sosial, serta emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Oleh karena itu mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan ditingkat SD atau MI lebih ditekankan untuk:

- a. Memenuhi kebutuhan individu dalam bergerak
- b. Merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani
- c. Membentuk kemampuan dasar
- d. Meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan
- e. Menghindarkan diri dari penyakit kurang gerak dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit
- f. Menggairahkan belajar, menghindari kejenuhan dan stres dalam belajar
- g. Menanamkan disiplin, kerjasama, sportifitas, serta berperilaku patuh terhadap peraturan dan ketentuan yang berlaku
- h. Menanamkan daya tingkat terhadap berbagai pengaruh buruk dari luar.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dipilih direncanakan secara sistematis dalam rangka tujuan pendidikan nasional.

4. Pembelajaran Senam Lantai

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan dalam senam merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani seperti kekuatan, daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh, selain itu juga senam berpotensi mengembangkan ketrampilan gerak dasar sebagai landasan penguasaan ketrampilan teknik suatu cabang olahraga. Selain itu banyak manfaat yang diperoleh dari senam (*gymnastic*) gerakan-gerakan membangun kekuatan dan tenaga, mengembangkan otot-otot pundak, lengan, dada serta perut. Mengembangkan kualitas-kualitas seperti keberanian, ketepatan, dan kesiapsiagaan, mengembangkan kebiasaan-kebiasaan membuat keputusan yang cepat dan tepat.

Berikut ini beberapa pengertian senam lantai menurut para ahli. Senam lantai merupakan gerakan senam yang gerakan atau bentuk latihannya dilakukan di lantai atau beralaskan matras. Menurut Agus Mahendra (2001:133), senam lantai merupakan salah satu bentuk latihan tubuh terutama di lantai, umumnya ditandai gerakan-gerakan berjenis *tumbling* dan akrobatik. *Tumbling* gerakan yang bercirikan cepat dan meledak, sementara akrobatik bercirikan dengan gerakan yang banyak memanfaatkan kelentukan dan membutuhkan unsur keseimbangan.

Dari pengertian senam lantai di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa senam lantai adalah suatu bentuk latihan tubuh yang umumnya gerakan-gerakan atau bentuk latihannya yang dilakukan secara cepat,

meledak dan banyak memanfaatkan kelenturan serta keseimbangan yang dilakukan diatas lantai beralaskan lantai atau permadani.

Manfaat yang bisa diperoleh dengan latihan senam lantai diantaranya; senam lantai mengembangkan kemampuan menentukan waktu/kesempatan, ketangkasan, dan kelenturan otot. Dengan latihan keseimbangan, dapat mengembangkan kemampuan koordinasi dan keseimbangan. Meningkatkan kekuatan otot dan ketahanan, khususnya untuk tubuh bagian atas, tuntutan kreatifitas mendorong mempercepat kreativitas imajinasi dan ekspresi yang tidak ditemukan dalam senam-senam lain. (Newton C Loken dan Robert JK Willoughby 1986: 89).

5. Pembelajaran Guling Belakang

Menurut Agus Mukholid (2004: 152) Guling belakang adalah bentuk gerakan mengguling yang dimulai dari pantat, pinggang bagian belakang, punggung, kepala bagian belakang, dan kedua kaki. Berikut keterangan gambar dan tahapan guling belakang:



Gambar 1. Guling belakang dengan awalan jongkok.
Tim Penjas SD.2007.Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 5.Jakarta:Yudhistira.

Adapun cara untuk melakukan gerakan guling belakang menurut Tim penjas SD (2007 : 51). adalah:

1. Diawali dengan pemanasan yang mengarah ke materi inti
2. Menjelaskan tentang materi guling belakang

Awalan sikap jongkok

Tahap Persiapan

1. Lakukan dengan sikap jongkok membelakangi arah gerakan (matras)
2. Kedua tangan di samping telinga dan kedua telapak tangan menghadap ke atas
3. Daggu merapat ke dada

Tahap Gerakan

1. Jatuhkan pinggul ke matras bersamaan badan digulingkan ke belakang hingga kedua lutut dengan tetap ditekuk mengikuti gerakan badan dan kedua telapak tangan menempel matras.
2. Teruskan gerakan kaki ke belakang hingga kedua telapak tangan menyentuh matras. Dengan sedikit bantuan dorongan telapak tangan posisi badan jongkok.

Akhir Gerakan

1. Jongkok dengan kedua lengan lurus ke depan
2. Pandangan ke depan.

6. Tinjauan Tentang Kesulitan Belajar

Beberapa definisi tentang kesulitan belajar di antaranya :

1. Menurut pendapat Abdurrahman (1999:6). *The United States Office of Education* (USDE) pada tahun 1977 atau lebih dikenal dengan *Public Law* (PL) 94-142 mendefinisikan “kesulitan belajar adalah suatu gangguan dalam satu atau lebih dari proses psikologi dasar yang mencakup pemahaman dan penggunaan bahasa ujaran atau tulisan”
2. Menurut pendapat Abdurrahman (1999:7). *The National joint Committee for Learning Disability* (NJCLD) mendefinisikan “kesulitan belajar menunjuk pada sekelompok kesulitan yang dimanifestasikan dalam bentuk kesulitan belajar yang nyata dalam kemahiran dan penggunaan kemampuan mendengarkan, bercakap-cakap, membaca, menulis, menalar atau kemampuan berhitung”
3. Menurut pendapat Abdurrahman (1999:8). *The Board of the Association for Children and Adults with Learning Disability* (ACALD) mendefinisikan “kesulitan belajar suatu kondisi kronis yang diduga bersumber neurologis yang secara selektif mengganggu perkembangan, integrasi, dan atau kemampuan verbal dan non verbal”

Menurut pendapat Darsono, Max (2000:41) dalam bukunya *Belajar dan Pembelajaran* menyatakan terdapat beberapa jenis-jenis kesulitan belajar di antaranya:

1. *Learning Disorder*

Mengandung makna suatu proses belajar yang terganggu karena adanya respon-respon tertentu yang bertentangan atau tidak sesuai. Gejala semacam ini kemungkinan dialami oleh siswa yang kurang berminat terhadap suatu mata pelajaran tertentu, tetapi harus mempelajari karena tuntutan kurikulum. Kondisi semacam ini menimbulkan berbagai

gangguan seperti berkurangnya intensitas kegiatan-kegiatan belajar atau bahkan mogok belajar.

2. *Learning Disability*

Kesulitan ini berupa ketidakmampuan belajar karena berbagai sebab. Siswa tidak mampu belajar atau menghindari belajar, sehingga hasil yang dicapai berada di bawah potensi intelektualnya. Penyebabnya beraneka ragam, mungkin akibat perhatian dan dorongan orang tua yang kurang mendukung atau masalah emosional dan mental.

3. *Learning Disfunction*

Gangguan belajar ini berupa gejala proses belajar yang tidak berfungsi dengan baik karena adanya gangguan syaraf otak sehingga terjadi gangguan pada salah satu tahap dalam proses belajarnya. Kondisi semacam ini mengganggu kelancaran proses belajar secara keseluruhan.

4. *Slow Learner* atau siswa lamban

Siswa semacam ini memperlihatkan gejala belajar lambat atau dapat dikatakan proses perkembangannya lambat. Siswa tidak mampu menyelesaikan pelajaran atau tugas-tugas belajar dalam batas waktu yang sudah ditetapkan. Mereka membutuhkan waktu lebih lama dibandingkan dengan sekelompok siswa lain yang normal.

5. *Under Achiever*

Siswa semacam ini memiliki hasrat belajar rendah di bawah potensi yang ada padanya. Kecerdasannya tergolong normal, tetapi karena sesuatu hal, proses belajarnya terganggu sehingga prestasi belajar yang diperolehnya tidak sesuai dengan kemampuan potensial yang dimilikinya. Dengan mengetahui adanya jenis-jenis kesulitan belajar, guru sebagai salah satu komponen dalam kegiatan belajar mengajar diharapkan mampu mengenali kesulitan belajar yang dihadapi anak didiknya dan berupaya memberi bantuan seoptimal mungkin. Dengan demikian diharapkan siswa yang bermasalah dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik.

7. Kesulitan dalam Belajar Guling Belakang

Dalam proses belajar mengajar di sekolah senantiasa guru mengharapkan agar murid-muridnya mencapai hasil belajar yang sebaik-baiknya, tapi kenyataannya banyak siswa yang menunjukkan gejala tidak dapat mencapai hasil belajar sebagaimana diharapkan. Kesulitan belajar ini merupakan suatu gejala yang nampak dalam berbagai jenis pernyataan, karena guru bertanggung jawab terhadap proses belajar-mengajar, maka ia harus memahami gejala-gejala kesulitan belajar.

Kesulitan belajar merupakan kondisi dalam proses belajar yang ditandai oleh adanya hambatan-hambatan untuk mencapai tujuan belajar, dan ditandai adanya prestasi belajar yang rendah. Dengan demikian yang dimaksud siswa mengalami kesulitan belajar adalah siswa tersebut kurang mampu mencapai tingkat penguasaan materi pelajaran yang telah ditentukan. Jadi kesulitan belajar identik dengan prestasi belajar yang rendah.

Menurut Ahmadi dan Supriyono (2004:77) “kesulitan belajar tidak selalu disebabkan karena faktor intelegensi yang rendah, akan tetapi juga disebabkan oleh faktor-faktor non intelegensi”. Faktor-faktor penyebab kesulitan belajar dapat digolongkan menjadi dua yaitu:

1. Faktor intern (faktor dari dalam diri siswa) yang terdiri dari :
 - a. Faktor fisiologis, meliputi kesehatan fisik dan cacat tubuh.
 - b. Faktor psikologis, meliputi intelegensi, bakat, minat, motivasi, kesehatan mental dan tipe belajar siswa.
2. Faktor ekstern (faktor dari luar diri siswa) yang terdiri dari :
 - a. Faktor lingkungan sekolah, meliputi guru, sumber belajar, kondisi gedung, kurikulum, waktu sekolah, dan disiplin sekolah.
 - b. Faktor lingkungan keluarga, meliputi orang tua, suasana rumah, dan keadaan ekonomi keluarga.
 - c. Faktor lingkungan masyarakat, meliputi media massa, teman bergaul, lingkungan tetangga dan aktivitas siswa di masyarakat.

Setiap individu mempunyai aktivitas belajar yang berbeda-beda dan tidak selamanya dapat berjalan dengan lancar, ada seseorang yang butuh waktu sebentar untuk memahami, namun ada pula yang membutuhkan waktu yang lebih lama untuk kepentingan yang sama. Hambatan-hambatan inilah yang menjadikan siswa kesulitan dalam proses pembelajaran. Kesulitan merupakan kondisi dalam proses belajar yang ditandai adanya prestasi yang rendah.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Didit Ardianto (2010) yang berjudul “Tingkat Kesulitan Pembelajaran Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Nyaen I Pandowoharjo Sleman” dengan populasi sejumlah 26 siswa. Data yang di peroleh dianalisis dengan menggunakan rumus Alpha Cronboch (Suharsimi Arikunto, 2002:17). Teknik pengumpulan datanya menggunakan angket (kuesioner) sebanyak 30 butir soal. Hasil penelitian menunjukkan 11,5% siswa yang mengalami kesulitan pembelajaran guling belakang pada kategori sangat tidak sulit, 34,6% berada pada kategori tidak sulit, 34,6% berada pada kategori sedang, 7,7% pada kategori sulit dan 11,5% pada kategori sangat sulit.

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan latar belakang masalah dan kajian teori di atas, maka dapat dikemukakan, bahwa dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani terdapat banyak faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa. Khususnya

dalam pembelajaran senam lantai guling belakang sangat ditentukan oleh faktor internal yang berasal dari tiap-tiap individu (siswa) yang terdiri dari: guru, materi, sarana, dan prasarana, serta lingkungan yang mendukung. Proses belajar dapat berjalan dengan baik dan benar bila unsur-unsur penyebab kesulitan tersebut dihilangkan.

Dengan adanya prestasi atau hasil yang rendah, dimungkinkan siswa masih mengalami kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang. Untuk dapat mengatasi kesulitan ini perlu diketahui penyebab kesulitan siswa dalam pelajaran senam lantai guling belakang, dapat dilakukan dengan mengidentifikasi faktor-faktor penyebab kesulitan belajar siswa yaitu faktor yang berasal dari dalam tiap-tiap individu atau siswa yang terdiri dari jasmani dan psikologis, faktor yang berasal dari luar tiap-tiap individu meliputi guru yang terdiri dari penguasaan materi dan metode atau cara mengajar, sarana dan prasarana yang terdiri dari kelengkapan fasilitas dan kondisi peralatan, lingkungan sekolah yang terdiri dari lokasi dan sosial dan materi yang dipelajari yaitu dari teknik dari pada senam lantai guling belakang itu sendiri mulai dari sikap permulaan, sikap pelaksanaan dan sikap akhir.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah penelitian dekriptif kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menemukan informasi tentang tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman. Penelitian ini menggunakan angket sebagai instrumennya.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variable dalam penelitian ini merupakan variable tunggal yaitu tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman. Secara operasional tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman yaitu sesuatu yang mengganggu kelancaran siswa dalam pembelajaran guling belakang yang terdiri 2 faktor yang memungkinkan penyebab siswa mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang.

1. Faktor yang berasal dari dalam tiap- tiap individu siswa (internal), yang terdiri dari: fisik dan psikologis.
2. Faktor yang berasal dari luar diri tiap-tiap individu siswa (eksternal), yang terdiri dari: guru, lingkungan sekolah dan materi guling belakang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut akan di ungkap menggunakan angket.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah keseluruhan obyek penelitian Suharsimi Arikunto (2002: 108),. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah siswa kelas VSD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman putra ataupun putri dengan jumlah 16 siswa. Seluruh siswa tersebut dijadikan subjek penelitian sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang dipakai penelitian ini berupa angket dengan sifat tertutup yang berupa pernyataan tertulis sehingga responden langsung menjawab pada jawaban yang telah disediakan dengan member tanda silang (x) pada jawaban yang dipilih. Teknik angket ini dipergunakan untuk mengungkap faktor- faktor penyebab kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman.

Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal- hal yang di ketahui Suharsimi Arikunto (1997: 140),. Menurut Sutrisno Hadi (1991: 7-11), ada tiga langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrument yaitu: mendefinisikan kontrak, menyidik faktor, dan menyusun butir pernyataan. Selain tiga langkah tersebut, ada beberapa langkah yang harus dilakukan yaitu konsultasi ahli (kalibrasi ahli), uji faliditas butir tes, uji reliabilitas butir tes. Penjelasan masing- masing langkah didalam penyusunan instrumen sesuai dengan pendapat di atas adalah sebagai berikut:

1. Mendefinisikan konstrak

Mendefinisikan konstrak adalah suatu tahapan yang bertujuan untuk memberikan batasan arti dari konstrak yang akan diteliti, dengan demikian nantinya tidak akan terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian. Konstrak dalam penelitian ini adalah kesulitan belajar siswa kelas V dalam pembelajaran senam lantai guling belakang SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman.

2. Menyidik faktor

Menyidik faktor adalah suatu tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang disangka kemudian diyakini menjadi komponen dari konstrak yang akan diteliti.

Faktor-faktor yang menyebabkan kesulitan belajar senam lantai guling belakang kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman berasal dari:

- a. Faktor yang berasal dari dalam tiap-tiap individu / siswa (internal), yang terdiri dari:
 1. Fisik
 2. Psikologis
- b. Faktor yang berasal dari luar tiap-tiap individu / siswa (eksternal), meliputi:
 1. Guru, yang terdiri dari penguasaan materi dan cara mengajar.
 2. Lingkungan sekolah yang terdiri dari lokasi sekolah dan social

3. Materi atau teknik dari pada gerakan itu sendiri meliputi sikap permulaan, pelaksanaan, dan sikap akhir.

3. Menyusun butir-butir pernyataan

Dalam menyusun butir-butir pernyataan yang di susun haruslah sedapat-dapatnya berbicarainya mengenai faktornya saja. Menyusun butir pertanyaan merupakan langkah terakhir dari penyusunan angket yaitu penjabaran dari faktor ke faktor didalam angket, sehingga dapat membatasi butir-butir soal yang disusun dari suatu faktor yang bersangkutan.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu dengan angket yang disesuaikan dengan butir-butir tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang. Jumlah butir pernyataan yang dipergunakan untuk mengetahui faktor penyebab kesulitan siswa kelas V dalam pembelajaran senam lantai guling belakang SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman sebanyak 30 butir dengan dua jenis pernyataan, yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif. Mengacu dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Didit Ardianto dalam skripsinya tahun 2010 yang berjudul “Tingkat Kesulitan Pembelajaran Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Nyaen I Pandowoharjo Sleman” dengan populasi sejumlah 26 siswa. Berikut disajikan kisi-kisinya:

Tabel 1. Kisi-kisi angket identifikasi tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD N Kowangbinangun Kecamatan Kalasan Sleman

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Angket		Jumlah	
			Positif	Negatif		
Kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas atas SD N Kowangbina ngun	1. Internal	Fisik	4	1,2,3,5	5	
		Psikologis	7,9	6,8,10	5	
	2. Eksternal	a. Guru Penguasaan materi dan cara mengajar	11,13,16	13,14,15	6	
		b. Lingkungan sekolah:				
			- Kelengkapan fasilitas	-	17,18	2
			- Lokasi	-	19,20	2
		- Hubungan sosial	-	21,22	2	
		c. Pelaksanaan:				
			- Sikap awal	-	23,24	2
- Gerakan	-		25,26,27 28	4		
	- Sikap akhir	-	29,30	2		
Jumlah					30	

Instrumen ini disusun dengan modifikasi sekala Likert dengan menggunakan empat alternatif jawaban Suharsimi Arikunto (2002: 215). Jawaban instrument penelitian ini dengan menggunakan empat alternatif jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak

Setuju (STS). Untuk ranah positif skor baik = 1, Untuk ranah negatif skor yang baik = 4. Pemberian keterangan skor masing-masing pernyataan sebagai berikut:

Tabel 2. Skor Jawaban Pernyataan

Alternatif Jawaban	Pernyataan	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Sumber : Didit Ardianto. (2010). Tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Nyaen 1 Pandowoharjo Sleman.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Statistik deskriptif adalah bagian dari statistic yang bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai-nilai statistik. Untuk menghitung persentase responden yang termasuk kategori tertentu disetiap aspek menggunakan rumus sebagai berikut Anas Sudjono (2000: 40). Dalam skripsi didit ardianto (2010).Tingkat Kesulitan Pembelajaran Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Nyaen I Pandowoharjo Sleman.

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

N = Jumlah Sampel

f = frekuensi

Sumber : Anas Sudjono (2000: 40). Pengantar Statistik Pendidikan.

Jakarta: PT Raja Grafindo.

Hasil penelitian dituangkan dalam persentase berdasarkan identifikasi kesulitan baik secara menyeluruh ataupun setiap indikator, menjadi lima kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Adapun pengkategorian sbagai berikut:

$>M + 1,5 \text{ SD}$ ke atas	= Sangat tinggi
$M + 0,5 \text{ SD}$ s/d $M + 1,5 \text{ SD}$	= Tinggi
$M - 0,5 \text{ SD}$ s/d $M + 0,5 \text{ SD}$	= Sedang
$M_i - 0,5 \text{ SD}$ s/d $M - 0,5 \text{ SD}$	= Rendah
$< M - 1,5 \text{ SD}$ ke bawah	= Sangat rendah

Keterangan : M : Median

SD : Setandar Deviasi

M_i : Median Ideal

Sumber : Anas Sudjono (2000: 40). Pengantar Statistik Pendidikan.

Jakarta: PT Raja Grafindo.

Setelah distribusi mean ideal (M_i) dan standar deviasi ideal (S_{di}) dari setiap variable, selanjutnya diketahui mean (rata) dan standar deviasi dari setiap variabel, selanjutnya diketahui mean dan standar deviasi dari setiap variabel untuk menentukan tiap faktor. Skor setiap faktor dikategorikan berdasarkan interval tersebut, selanjutnya akan digunakan teknik analisis deskriptif dengan persentase

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman. Kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa dijabarkan dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Data penelitian dideskripsikan dengan tujuan untuk mempermudah penyajian data penelitian berdasarkan hasil analisis deskriptif meliputi perhitungan skor *minimum*, *maximum*, *mean*, *median*, *modus*, dan *standar deviasi*. Hasil deskriptif data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dan faktor-faktornya adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Deskriptif Data Penelitian

Data	Min.	Max.	Mean	Median	Modus	Std. Dev
Kesulitan belajar	45,00	97,00	72,38	71,50	67,00	12,25
Faktor internal	16,00	33,00	22,81	22,00	19,00	4,28
Faktor eksternal	29,00	64,00	49,56	49,00	47,00	9,15

Hasil analisis deskriptif pada data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang, diperoleh nilai maksimum sebesar 97,00, dan nilai minimum sebesar 45,00. Skor data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 72,38, nilai median sebesar 71,50, nilai modus sebesar 67,00, dan nilai standar deviasi sebesar 12,25.

Data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dijabarkan dalam dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Hasil analisis deskriptif terhadap faktor-faktor tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang tersebut adalah sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Hasil analisis deskriptif pada data faktor internal, diperoleh nilai maksimum sebesar 33,00, dan nilai minimum sebesar 16,00. Skor data faktor internal diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 22,81, nilai median sebesar 22,00, nilai modus sebesar 19,00, dan nilai standar deviasi sebesar 4,28.

2. Faktor Eksternal

Hasil analisis deskriptif pada data faktor eksternal, diperoleh nilai maksimum sebesar 64,00, dan nilai minimum sebesar 29,00. Skor data faktor eksternal diperoleh nilai *mean* (rerata) sebesar 49,56, nilai median sebesar 49,00, nilai modus sebesar 47,00, dan nilai standar deviasi sebesar 9,15.

B. Hasil Analisis Data Penelitian

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif persentase. Data penelitian ini dikategorikan menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Kategorisasi data penelitian ini menggunakan Patokan Acuan Norma yang didasarkan pada nilai *mean* dan *standar deviasi* ideal. Analisis data akan dilakukan pada data

tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang serta faktor-faktornya meliputi faktor internal dan eksternal. Hasil analisis data penelitian ini adalah sebagai berikut.

Data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang diperoleh menggunakan kuesioner yang terdiri dari 30 butir pertanyaan, sehingga diperoleh nilai *mean* ideal sebesar 75,00 dan nilai standar deviasi ideal sebesar 25,00. Nilai *mean* dan standar deviasitersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Data Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang

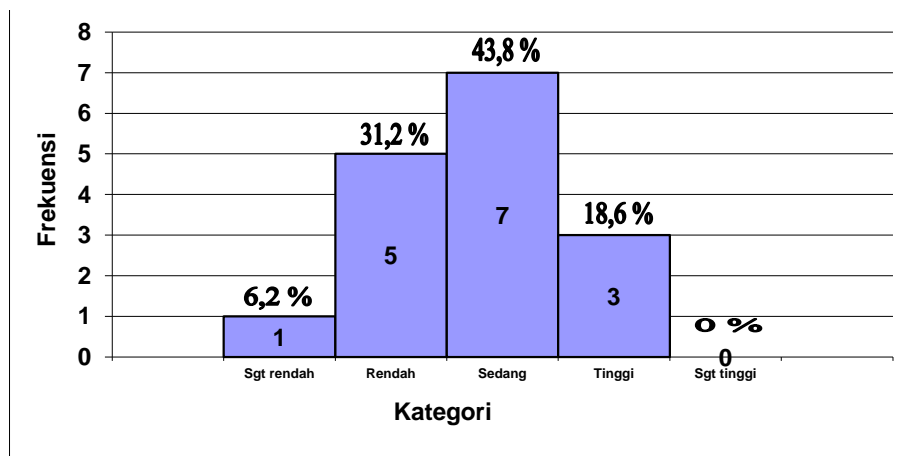
Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$x \geq 97,50$	0	0,0	Sangat tinggi
$82,50 \leq s.d < 97,50$	3	18,8	Tinggi
$67,50 \leq s.d < 82,50$	7	43,8	Sedang
$52,50 \leq s.d < 67,50$	5	31,2	Rendah
$x < 52,50$	1	6,2	Sangat rendah
Total	16	100,0	

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 0 siswa (0%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori “sangat tinggi”. sebanyak 3 siswa (18,6%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori ”tinggi”. Sebanyak 7 siswa (43,8%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori ”sedang” dan sebanyak 5 siswa (31,2%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori ”rendah”. Sebanyak 1 siswa (6,2%) siswa mengalami kesulitan belajar

kategori "sangat rendah" dan 0 siswa (0%) siswa yang mengalami kesulitan belajar kategori "sangat tinggi".

Distribusi frekuensi kategori data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dapat dilihat pada gambar berikut:

Keterangan : "Sangat rendah" (6,2%), "Rendah" (31,2%), "Sedang" (43,8%), "Tinggi" (18,6%), "Sangat tinggi" (0%).



Gambar 1. Histogram Distribusi Frekuensi Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa dalam kategori sedang.

Hasil analisis data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang selanjutnya dijabarkan dalam dua faktor yaitu meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Hasil analisis data pada masing-masing faktor adalah sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Data faktor internal diperoleh dari jawaban kuesioner yang terdiri dari 10 butir pertanyaan, sehingga diperoleh nilai *mean* ideal sebesar 25,00 dan nilai standar deviasi ideal sebesar 5,00. Nilai *mean* dan standar deviasitersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data faktor internal dapat dilihat pada tabel berikut:

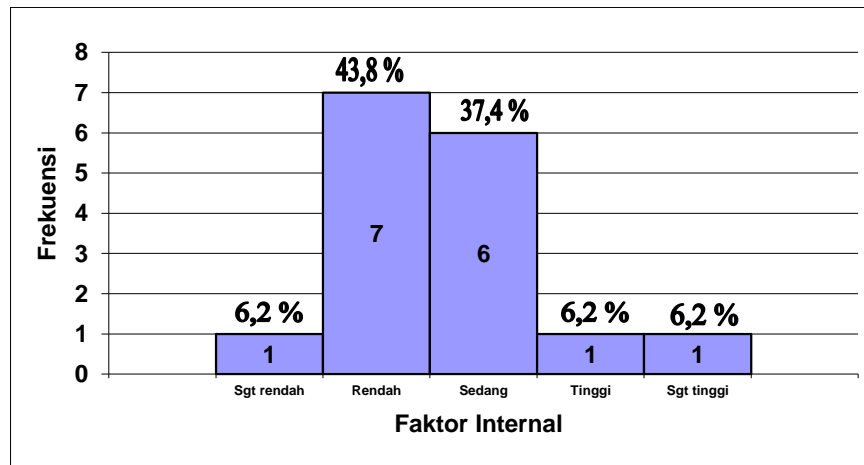
Tabel 5. Kategorisasi Data Faktor Internal

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$x \geq 32,50$	1	6,2	Sangat tinggi
$27,50 \leq s.d < 32,50$	1	6,2	Tinggi
$22,50 \leq s.d < 27,50$	6	37,4	Sedang
$17,50 \leq s.d < 22,50$	7	43,8	Rendah
$x < 17,50$	1	6,2	Sangat rendah
Total	16	100,0	

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 1 siswa (6,2%) siswa mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori “sangat tinggi” dan sebanyak 1 siswa (6,2%) mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori “tinggi”, Sebanyak 6 siswa (37,4%) mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori “sedang”, sebanyak 7 siswa (43,8%) mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori “rendah” dan sebanyak 1 siswa (6,2%) mengalami kesulitan belajar faktor internal kategori “sangat rendah”.

Distribusi frekuensi tingkat kesulitan faktor internal dapat dilihat pada gambar berikut:

Keterangan : “Sangat rendah”(6,2%), “Rendah”(43,8%),
 “Sedang”(37,4%), “Tinggi”(6,2%), “Sangat tinggi”(6,2%)



Gambar 2. Histogram Distribusi Frekuensi Faktor Internal

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar faktor internal sebagian besar dalam kategori rendah.

2. Faktor Eksternal

Data faktor eksternal diperoleh dari jawaban kuesioner yang terdiri dari 20 butir pertanyaan, sehingga diperoleh nilai *mean* ideal sebesar 50,00 dan nilai standar deviasi ideal sebesar 10,00. Nilai *mean* dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data faktor eksternal dapat dilihat pada tabel berikut:

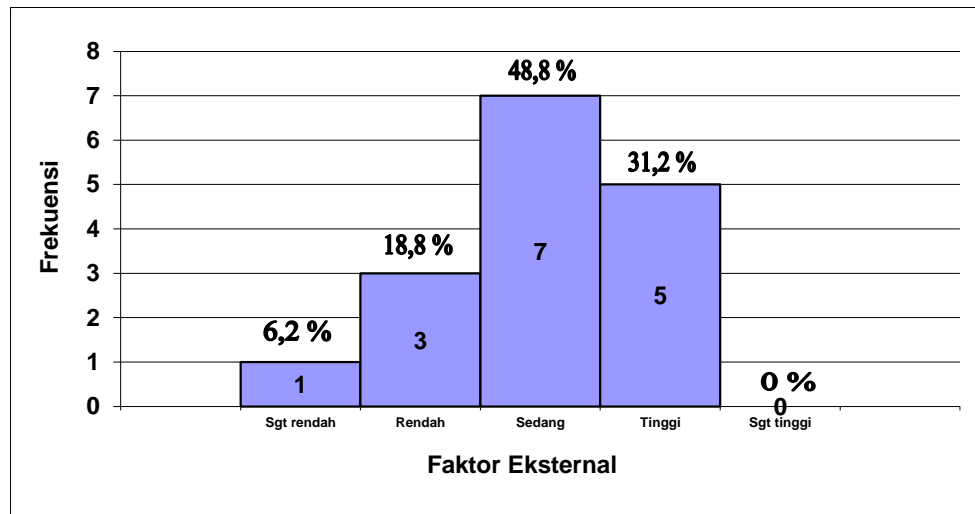
Tabel 6. Kategorisasi Data Faktor Eksternal

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$x \geq 65,00$	0	0,0	Sangat tinggi
$55,00 \leq s.d < 65,00$	5	31,2	Tinggi
$45,00 \leq s.d < 55,00$	7	48,8	Sedang
$35,00 \leq s.d < 45,00$	3	18,8	Rendah
$x < 35,00$	1	6,2	Sangat rendah
Total	16	100,0	

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 0 siswa (0%) siswa mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sangat tinggi", sebanyak 5 siswa (31,2%) siswa mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "tinggi" dan sebanyak 7 siswa (48,8%) mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sedang". Sebanyak 3 siswa (18,8%) mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "rendah" dan sebanyak 1 siswa (6,2%) mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sangat rendah". 0 siswa (0%) yang kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sangat tinggi".

Distribusi frekuensi tingkat kesulitan faktor eksternal dapat dilihat pada gambar berikut:

Keterangan : "Sangat rendah" (6,2%), "Rendah" (18,8%), "Sedang" (48,8%), "Tinggi" (31,2%), "Sangat tinggi"(0%).



Gambar 3. Histogram Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar faktor eksternal sebagian besar dalam kategori sedang.

C. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman. Data diperoleh dari jawaban kuesioner siswa. Analisis data dilakukan menggunakan analisis deskriptif persentase. Pembahasan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

Hasil penelitian diketahui tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman dalam kategori sedang sebesar 43,8% dan sebanyak 18,8% mengalami kesulitan dalam kategori tinggi. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Kesulitan yang dialami siswa

tersebut berkaitan dengan faktor internal maupun faktor internal dalam pembelajaran senam lantai guling belakang.

Hasil analisis juga diketahui sebanyak 31,2% siswa mengalami kesulitan dalam kategori rendah dan sebanyak 6,2% mengalami kesulitan belajar kategori sangat rendah. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian kecil siswa tidak mengalami kesulitan yang berarti dalam mengikuti senam lantai guling belakang. Siswa yang tidak mengalami kesulitan karena faktor internal siswa telah siap baik secara fisik maupun psikis. Siswa juga merasakan bahwa faktor eksternal seperti fasilitas, sarana dan peran guru telah mendukung dalam proses pembelajaran.

Materi guling belakang merupakan salah satu bagian dari materi senam. Senam lantai guling belakang sering dirasakan sulit oleh sebagian murid karena gerakannya membutuhkan kelentukan dan kelenturan tubuh. Dalam proses pembelajarannya dibutuhkan faktor pendukung pembelajaran yang baik sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik sekaligus membentuk kemampuan guling belakang siswa dengan baik juga. Faktor tersebut meliputi faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari dalam luar diri siswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui faktor internal kesulitan kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman dalam kategori rendah sebesar 43,8%, sebagian kecil siswa mengalami kesulitan kategori

tinggi dan sangat tinggi masing-masing sebesar 6,2%, serta sebanyak 6,2% siswa mengalami kesulitan belajar kategori sangat rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa tidak mengalami kesulitan belajar dari faktor internal dalam dirinya. Dapat dikatakan bahwa siswa telah mempunyai kesiapan dari dalam diri untuk mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Kesiapan tersebut meliputi kesiapan secara fisik dan psikologis.

Kesiapan fisik siswa diantaranya kekuatan fisik siswa yaitu siswa tidak cepat lelah, mempunyai kekuatan yang baik, mempunyai keseimbangan dan kelentukan. Kesiapan psikologis mencakup semangat dalam belajar, perasaan senang, percaya diri, tidak malas dan tidak takut untuk melakukan guling belakang. Kesiapan yang ada dalam diri siswa menunjukkan bahwa siswa tidak mengalami kesulitan belajar dari faktor internal sehingga akan mendukung proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru.

Berdasarkan faktor eksternal diketahui faktor eksternal kesulitan kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman dalam kategori sedang sebesar 43,8%, sebanyak 31,2% mengalami kesulitan kategori tinggi, sebanyak 18,8% mengalami kesulitan kategori rendah dan sebanyak 6,2% mengalami kesulitan kategori sangat rendah. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan belajar yang disebabkan oleh faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa pada tingkat sedang. Faktor eskternal tersebut meliputi faktor guru, faktor lingkungan dan faktor pelaksanaa pembelajaran.

Dilihat dari faktor eksternal yaitu pada faktor guru menurut hasil jawaban kuesioner siswa diketahui dalam proses pembelajaran, yang belum dilakukan oleh guru yaitu guru tidak menggunakan media gambar sebagai contoh tahapan dalam gerakan guling belakang. Hal ini dapat dijelaskan karena dalam proses pembelajaran senam lantai guling belakang, guru memberikan contoh tahapan gerakan melalui praktik secara langsung menggunakan metode demonstrasi. Sebagian siswa mungkin merasa perlu penggunaan media gambar diluar contoh yang diberikan secara langsung oleh guru. Faktor guru yang juga dinilai menyulitkan siswa adalah guru belum memberikan pujian pada saat siswa melakukan guling belakang dengan lancar. Pujian sering kali dibutuhkan untuk memberikan semangat agar siswa lebih termotivasi mengikuti kegiatan pembelajaran.

Dilihat dari faktor lingkungan pada hasil jawaban kuesioner siswa diketahui hal yang dinilai menyulitkan siswa adalah pada faktor kelengkapan fasilitas dimana sebagian besar siswa merasa jumlah fasilitas yaitu matras dirasakan masih kurang karena sudah ada yang rusak. Faktor lingkungan lainnya sudah dirasakan baik dan tidak menyulitkan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran seperti lokasi dan hubungan sosial. Dilihat dari Lokasi pembelajaran senam lantai guling belakang di SD Negeri Kowangbinangun dilaksanakan di lapangan sekolah sehingga tidak terganggu oleh aktivitas dari siswa lain. Hubungan sosial antara siswa dengan guru dan siswa dengan siswa juga terjalin dengan baik sehingga mampu menciptakan suasana belajar yang kondusif dan dapat mendukung proses pembelajaran.

Berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran diketahui masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran terutama pada tahapan pelaksanaan. Hasil jawaban kuesioner siswa menunjukkan siswa mengalami kesulitan saat mendorong badan ke belakang. Sebagian siswa juga masih mengalami kesulitan dalam melakukan sikap akhir gerakan.

Kesulitan belajar menjadi faktor yang dapat menghambat pelaksanaan proses pembelajaran. Kesulitan belajar menunjukkan kondisi proses belajar yang ditandai hambatan-hambatan tertentu sehingga dapat mengganggu proses belajar dan pencapaian hasil belajar. Hambatan ini perlu diatasi dan dicarikan solusi agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan dapat dicapai hasil yang maksimal.

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman dalam kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa masih terdapat kesulitan belajar pada proses belajar senam lantai guling belakang. Faktor kesulitan belajar tersebut kebanyakan berasal dari faktor eksternal diantaranya fasilitas, peran guru dan materi pembelajaran.

Hasil penelitian ini berimplikasi bahwa perlu untuk melakukan evaluasi untuk dicarikan solusi perbaikan pada faktor eksternal yang menjadi faktor kesulitan belajar siswa. Faktor eksternal terutama guru harus mampu penguasaan materi dengan baik, memilih metode pembelajaran yang tepat, menggunakan sarana prasarana yang ada secara maksimal, menciptakan

kondisi pembelajaran yang kondusif dan memberikan penjabaran materi secara jelas. Sekolah juga harus mendukung penyediaan sarana dan fasilitas pendukung pembelajaran senam lantai guling belakang sehingga proses pembelajaran dapat dilaksanakan dengan baik.

Didukung pendapat Agus S. Suryobroto (1994: 1) menyebutkan proses belajar pendidikan jasmani yang dapat berjalan dengan sukses dan lancar demi mencapai tujuan pembelajaran tertentu sangat ditentukan oleh beberapa unsur, antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung dan penilaian. Dikuatkan juga pendapat Sri Rumini dkk. (1995: 60-62) menyebutkan proses belajar dan hasil belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang sedang belajar dan faktor yang berasal dari luar individu. Tersedianya kondisi belajar yang memadai dengan tidak adanya faktor kesulitan belajar akan mampu mendukung proses belajar yang efektif dan mencapai hasil belajar yang maksimal.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut ini:

Tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kowangbinangun, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman. Sebanyak 3 siswa (18,6%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "tinggi". Sebanyak 7 siswa (43,8%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "sedang" dan sebanyak 5 siswa (31,2%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "rendah". Sebanyak 1 siswa (6,2%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "sangat rendah" dan 0 siswa (0%) siswa yang mengalami kesulitan belajar kategori "sangat tinggi".

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa dalam kategori sedang. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Hal ini berimplikasi bahwa faktor pendukung pembelajaran yang terdiri dari faktor internal maupun eksternal perlu untuk ditingkatkan. Faktor eksternal terutama guru harus mampu melaksanakan perannya sebagai guru dengan penguasaan materi dengan baik, memilih metode pembelajaran yang tepat, menggunakan sarana prasarana yang ada secara maksimal, menciptakan kondisi pembelajaran yang kondusif dan memberikan

penjabaran materi secara jelas. Faktor internal dari dalam diri siswa juga perlu untuk dipersiapkan dengan baik secara fisik maupun psikologis. Kesiapan pembelajaran baik dari faktor internal maupun faktor eksternal akan meminimalkan terjadinya kesulitan belajar, sehingga aktivitas pembelajaran akan dapat dilaksanakan secara efektif.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini telah diupayakan secara maksimal, tetapi tidak terlepas dari keterbatasan penelitian. Keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan angket yang mengandung kelemahan responden yang tidak serius dalam mengisi kuesioner yang tidak dapat dikontrol oleh peneliti.
2. Pengambilan data menggunakan angket tertutup, tidak memberikan kesempatan bagi responden untuk mengemukakan pendapat, sehingga ada kemungkinan tidak terungkapnya data secara lengkap.

D. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, saran relevan yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru
 - a. Memilih metode pembelajaran yang tepat dalam pembelajaran senam lantai guling belakang sehingga proses pembelajaran akan efektif.

b. Memahami kondisi dan karakteristik siswa baik secara fisik maupun psikologis sebagai pertimbangan untuk memilih metode pembelajaran yang tepat.

2. Bagi Sekolah

Melengkapi sarana, prasarana dan fasilitas pembelajaran senam lantai guling belakang sehingga dapat mendukung proses pembelajaran yang dilakukan guru.

3. Bagi Siswa

Mempersiapkan diri untuk mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang baik secara fisik maupun psikologis sehingga lebih siap untuk belajar.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian pada populasi yang lebih luas sehingga penelitian akan lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Mulyono. (1999). *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Agus Mahendra. (2001). *Senam*. Jakarta : Depdikbud
- Agus Mukholid. (2004). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Yudistira.
- Agus S. Suryobroto. (2004). *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta : FIK UNY
- Ahmadi dan Supriyono. (2004). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anas Sudjono. (2000). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Darsono,Max.(2000). *Belajar dan Pembelajaran*.Semarang:IKIP Semarang Press.
- Didit Ardianto. (2010). *Tingkat Kesulitan Pembelajaran Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Nyaen I Pandowoharjo Sleman*. Yogyakarta : Skripsi
- Margono.(2007). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Newton C. Locken dan Robert Jl. Willoughby. (1986). *Petunjuk LengkapGymnastik*. Semarang: Dahara Prize.
- Oemar Hamalik. (1990). *Metode Belajar dan Kesulitan-kesulitan Belajar*. Bandung : Tarsito
- Purwanto, Ngalm. (2003). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Remaja Rosda Karya.
- Sri Rumini. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta : UPP Universitas Negeri Yogyakarta
- Suharsimi, Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sutrisno, Hadi. (1991). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Tu'u, Tulus. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta:Genesindo.
- Tim Penjas SD. (2007).*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 5*. Jakarta:Yudhistira.

LAMPIRAN I
SURAT IJIN PENELITIAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 2210 /UN.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

23 November 2012

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Sudarsih
NIM : 10604227266
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : November 2012
Tempat/Obyek : SD N Kowangbinangun / siswa
Judul Skripsi : Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD N Kowangbinangun Kec. Kalasan, Kab. Sleman.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 00

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N Kowangbinangun
2. Koordinator PGSD Penjas.
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800
Website: slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 3112 / 2012

**TENTANG
PENELITIAN**

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Keputusan Bupati Sleman Nomor : 55/Kep.KDH/A/2003 tentang Izin Kuliah Kerja Nyata, Praktek Kerja Lapangan, dan Penelitian.
Menunjuk : Surat dari Sekretariat Daerah Pemerintah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Nomor : 070/9124/V/11/2012 Tanggal : 26 Nopember 2012
Hal : Izin Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : SUDARSIH
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 10604227266
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Karangmalang, Yogyakarta 55281
Alamat Rumah : Perum. Bogenvil Turen, SardonoHarjo, Ngaglik, Sleman, Yk.
No. Telp / HP : 02742694761
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul
**TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG
SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN,
KABUPATEN SLEMAN**
Lokasi : SD N Kowangbinangun Kec. Kalasan
Waktu : Selama 3 bulan mulai tanggal: 26 Nopember 2012 s/d 26 Februari 2013

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melapor diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian ijin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 29 Nopember 2012

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u.b.

Kepala Bidang Pengendalian dan Evaluasi

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman
3. Kepala Dinas Dikpora Kab. Sleman
4. Kabid. Sosial Budaya Bappeda Kab. Sleman
5. Camat Kalasan
6. Kepala SD N Kowangbinangun
7. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY.
8. Yang Bersangkutan



Dra. SUCI IRIANI SINURAYA, M.Si, M.M
Pembina, IV/a



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/9124/V/11/2012

Membaca Surat : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY Nomor : 2210/UN34.16/PP/2012
Tanggal : 23 November 2012 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : SUDARSIH NIP/NIM : 10604227266
Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta
Judul : TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KEC. KALASAN, KAB. SLEMAN
Lokasi : SD N KOWANGBINANGUN Kec. KALASAN, Kota/Kab. SLEMAN
Waktu : 26 November 2012 s/d 26 Februari 2013

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Provinsi DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda Provinsi DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjaprov.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 26 November 2012

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Hendar Susilowati, SH

NIP. 19680120 198503 2 003

Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Sleman c/q Ka. Bappeda
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang Bersangkutan

Lamp : 1 Bendel Proposal Penelitian
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Dekan FIK Universitas Negeri Yogyakarta
Jalan Kolombo No. 1
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat ijin penelitian bagi :

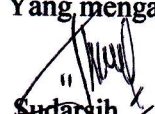
Nama Mahasiswa : SUDARSIH
Nomor Mahasiswa : 10604227266
Progam Studi : PKS PGSD Penjas
Judul Skripsi : TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM
LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS
V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN
KALASAN KABUPATEN SLEMAN

Pelaksanaan pengambilan data :

Waktu : November 2012
Tempat / objek : SD N Kowangbinangun


Atas perhatian, bantuan dan terkabulnya permohonan ini, diucapkan terimakasih,

Yogyakarta, 20 November 2012
Yang mengajukan,



Sudarjih
NIM. 10604227266

Mengetahui :

Ketua Jurusan


Sriawan, M.Pd
NIP. 19580830 198703 1 003

Dosen Pembimbing,


Drs. F. Suharjana, M.Pd
NIP. 19580706 198403 1002

LAMPIRAN 2

INSTRUMEN PENELITIAN

Lampiran 1. Angket Penelitian

ANGKET

TINGKAT KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD N KOWANGBINANGUN KECAMATAN KALASAN KABUPATEN SLEMAN

Petunjuk Pengisian Angket

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama
2. Pilihlah salah satu jawaban yang menurut saudara paling tepat dan sesuai dengan keadaan/kepentingan saudara.
3. Berilah tanda cek list (✓) pada kolom jawaban yang telah tersedia dengan cara memilih:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh:

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Pada saat guru menjelaskan materi, siswa asyik ngobrol dengan temannya.				✓

No	Pertanyaan	Jawaban			
	Faktor Intern				
A	Siswa	SS	S	TS	STS
	Fisiologi				
1	Saya cepat merasa lelah setelah melakukan pembelajaran guling belakang.				
2	Kekuatan otot lengan dan bahu saya kurang baik, sehingga mengganggu dalam melakukan pembelajaran guling belakang.				
3	Badan saya gemuk, sehingga saat melakukan guling belakang sulit.				
4	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang baik, sehingga mendukung dalam melakukan guling belakang.				
5	Saya merasa pusing setelah melakukan guling belakang.				
	Psikologi	SS	S	TS	STS
6	Saya malas mengikuti pembelajaran guling belakang, karena bukan olahraga favorit saya.				
7	Saya semangat mengikuti pembelajaran guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.				
8	Saya merasa takut bila melakukan guling belakang tanpa dibantu guru.				
9	Saya senang dengan pembelajaran guling belakang karena gerakannya menarik.				
10	Saya kurang percaya diri saat melakukan guling belakang.				
	Faktor ekstern				
B	Guru	SS	S	TS	STS
	Penguasaan materi dan cara mengajar				
11	Guru memberikan contoh tahap-tahap gerakan guling belakang				

12	Guru tidak menggunakan media gambar sebagai contoh tahapan dalam gerakan guling belakang.				
13	Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan gerakan guling belakang				
14	Guru kurang jelas dalam memberikan komando, sehingga membuat saya bingung.				
15	Guru kurang memberikan motivasi kepada saya, sehingga saya malas mengikuti pembelajaran guling belakang.				
16	Guru memberikan pujian pada siswa saat melakukan guling belakang dengan lancar.				
C	Lingkungan Sekolah	SS	S	TS	STS
	Kelengkapan Fasilitas				
17	Jumlah matras kurang, sehingga menggunakan 2 matras pada saat pembelajaran guling belakang.				
18	Matras sudah rusak, sehingga tidak nyaman digunakan pada saat pembelajaran guling belakang.				
	Lokasi	SS	S	TS	STS
19	Banyak siswa lain sering mondar-mandir, sehingga mengganggu konsentrasi.				
20	Ruangan dekat dengan kelas, sehingga mengganggu konsentrasi pembelajaran guling belakang				
	Hubungan Sosial	SS	S	TS	STS
21	Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang menghina, saya merasa terganggu.				
22	Jika dalam pembelajaran guling belakang ada orang lain yang melihat, saya merasa terganggu.				
D	Materi Guling Belakang	SS	S	TS	STS
	Sikap Awal				
23	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat kaki rapat posisi jongkok				
24	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat posisi jongkok				
	Pelaksanaan	SS	S	TS	STS

25	Saya mengalami kesulitan pada saat menempelkan dagu ke bawah				
26	Saya mengalami kesulitan pada saat mendorong badan ke belakang				
27	Saya mengalami kesulitan pada saat kedua telapak tangan menumpu ke matras				
28	Setelah mengguling ke belakang, saya kesulitan menumpukan kedua kaki pada matras diatas kepala				
	Sikap Akhir	SS	S	TS	STS
29	Saya mengalami kesulitan pada sikap akhir gerakan				
30	Saya mengalami kesulitan irama gerakan guling belakang, dari sikap awal sampai sikap akhir.				

Sumber : Didit Ardianto. (2010). Tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Nyaen 1 Pandowoharjo Sleman.

LAMPIRAN 3

DATA PENELITIAN

Descriptives

Statistics

Kesulitan belajar

N	Valid	16
	Missing	0
Mean		72.3750
Median		71.5000
Mode		67.00
Std. Deviation		12.25221
Minimum		45.00
Maximum		97.00

Descriptives

Statistics

Faktor internal

N	Valid	16
	Missing	0
Mean		22.8125
Median		22.0000
Mode		19.00
Std. Deviation		4.27736
Minimum		16.00
Maximum		33.00

Descriptives

Statistics

Faktor eksternal

N	Valid	16
	Missing	0
Mean		49.5625
Median		49.0000
Mode		47.00 ^a
Std. Deviation		9.15036
Minimum		29.00
Maximum		64.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

KATEGORISASI DATA

Kesulitan Belajar

skor max	4	x	30	=	120
skor min	1	x	30	=	30
M teoritik	150	/	2	=	75.00
SD teoritik	90	/	6	=	15.00

Sangat tinggi	: $X \geq M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor			
Sangat tinggi	:	$X \geq$	97.50	
Tinggi	:	82.50 \leq	$X <$	97.50
Sedang	:	67.50 \leq	$X <$	82.50
Rendah	:	52.50 \leq	$X <$	67.50
Sangat rendah	:	$X <$	52.50	

Faktor Internal

skor max	4	x	10	=	40
skor min	1	x	10	=	10
M teoritik	50	/	2	=	25.00
SD teoritik	30	/	6	=	5.00

Sangat tinggi	: $X \geq M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat tinggi	: $X \geq 32.50$
Tinggi	: $27.50 \leq X < 32.50$
Sedang	: $22.50 \leq X < 27.50$
Rendah	: $17.50 \leq X < 22.50$
Sangat rendah	: $X < 17.50$

Faktor Eksternal

skor max	4	x	20	=	80
skor min	1	x	20	=	20
M teoritik	100	/	2	=	50.00
SD teoritik	60	/	6	=	10.00

Sangat tinggi	: $X \geq M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor			
Sangat tinggi	:	X	\geq	65.00
Tinggi	:	55.00	\leq	X < 65.00
Sedang	:	45.00	\leq	X < 55.00
Rendah	:	35.00	\leq	X < 45.00
Sangat rendah	:	X	<	35.00

Frequencies

Kesulitan belajar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	3	18.8	18.8	18.8
	Sedang	7	43.8	43.8	62.5
	Rendah	5	31.2	31.2	93.8
	Sangat rendah	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Faktor internal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat tinggi	1	6.2	6.2	6.3
	Tinggi	1	6.2	6.2	12.5
	Sedang	6	37.6	37.6	50.0
	Rendah	7	43.8	43.8	93.8
	Sangat rendah	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Faktor eksternal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	5	31.2	31.2	31.2
	Sedang	7	43.8	43.8	75.0
	Rendah	3	18.8	18.8	93.8
	Sangat rendah	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

DATA PENELITIAN

KESULITAN BELAJAR

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Total	Kategori
1	2	1	1	4	2	1	4	2	1	1	4	1	2	1	1	4	4	1	4	1	2	1	1	1	3	4	2	1	2	2	61	Rendah
2	2	1	1	3	2	3	2	1	3	3	3	4	4	2	3	4	1	1	4	1	4	4	1	2	2	3	2	4	4	3	77	Sedang
3	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	45	Sangat rendah
4	2	3	4	4	2	2	4	1	2	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	4	90	Tinggi
5	2	1	2	3	2	1	4	2	1	2	4	2	4	1	2	4	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	3	67	Rendah
6	1	3	2	4	1	3	3	1	2	4	4	2	4	2	1	4	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	4	1	63	Rendah
7	2	3	3	4	2	2	4	2	2	1	4	1	4	3	3	4	3	3	1	1	1	2	4	3	4	4	3	4	4	3	84	Tinggi
8	2	1	3	4	1	1	4	1	1	1	4	1	3	1	1	4	4	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	2	4	2	70	Sedang
9	2	2	3	3	2	2	4	1	2	2	3	2	4	2	4	4	3	3	1	2	1	1	4	3	4	3	4	2	4	2	79	Sedang
10	3	2	3	4	3	1	4	2	2	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	71	Sedang
11	3	2	3	4	2	2	4	4	1	3	4	4	4	2	1	3	4	1	1	1	2	2	2	2	1	2	4	3	4	3	78	Sedang
12	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	4	2	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	97	Tinggi
13	3	2	3	4	2	2	4	2	1	2	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	Sedang
14	2	1	1	4	2	1	4	2	2	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	1	3	2	73	Sedang
15	2	2	1	4	2	1	4	1	1	2	3	2	4	2	1	4	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	64	Rendah
16	2	1	1	3	2	1	4	2	2	1	4	4	3	2	1	4	2	1	1	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	67	Rendah

DATA FAKTOR INTERNAL

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total	Kategori
1	2	1	1	4	2	1	4	2	1	1	19	Rendah
2	2	1	1	3	2	3	2	1	3	3	21	Rendah
3	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	16	Sangat rendah
4	2	3	4	4	2	2	4	1	2	2	26	Sedang
5	2	1	2	3	2	1	4	2	1	2	20	Rendah
6	1	3	2	4	1	3	3	1	2	4	24	Sedang
7	2	3	3	4	2	2	4	2	2	1	25	Sedang
8	2	1	3	4	1	1	4	1	1	1	19	Rendah
9	2	2	3	3	2	2	4	1	2	2	23	Sedang
10	3	2	3	4	3	1	4	2	2	2	26	Sedang
11	3	2	3	4	2	2	4	4	1	3	28	Tinggi
12	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	33	Sangat tinggi
13	3	2	3	4	2	2	4	2	1	2	25	Sedang
14	2	1	1	4	2	1	4	2	2	2	21	Rendah
15	2	2	1	4	2	1	4	1	1	2	20	Rendah
16	2	1	1	3	2	1	4	2	2	1	19	Rendah

DATA FAKTOR EKSTERNAL

No	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Total	Kategori
1	4	1	2	1	1	4	4	1	4	1	2	1	1	1	3	4	2	1	2	2	42	Rendah
2	3	4	4	2	3	4	1	1	4	1	4	4	1	2	2	3	2	4	4	3	56	Tinggi
3	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	Sangat rendah
4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	4	64	Tinggi
5	4	2	4	1	2	4	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	3	47	Sedang
6	4	2	4	2	1	4	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	4	1	39	Rendah
7	4	1	4	3	3	4	3	3	1	1	1	2	4	3	4	4	3	4	4	3	59	Tinggi
8	4	1	3	1	1	4	4	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	2	4	2	51	Sedang
9	3	2	4	2	4	4	3	3	1	2	1	1	4	3	4	3	4	2	4	2	56	Tinggi
10	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	45	Sedang
11	4	4	4	2	1	3	4	1	1	1	2	2	2	2	1	2	4	3	4	3	50	Sedang
12	4	2	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	64	Tinggi
13	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47	Sedang
14	3	2	2	3	2	4	2	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	1	3	2	52	Sedang
15	3	2	4	2	1	4	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	44	Rendah
16	4	4	3	2	1	4	2	1	1	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	48	Sedang

LAMPIRAN 4

DOKUMENTASI



Guru menerangkan cara pengisian angket



Guru menerangkan cara pengisian angket



Guru membagikan angket agar di isi oleh siswa



Guru membagikan angket agar di isi oleh siswa



Guru membagikan angket agar di isi oleh siswa



Penjelasan pengisian angket



Penjelasan pengisian angket



Siswa mengerjakan angket di kelas



Siswa mengerjakan angket di kelas



Siswa mengerjakan angket di kelas



Siswa mengerjakan angket di kelas